

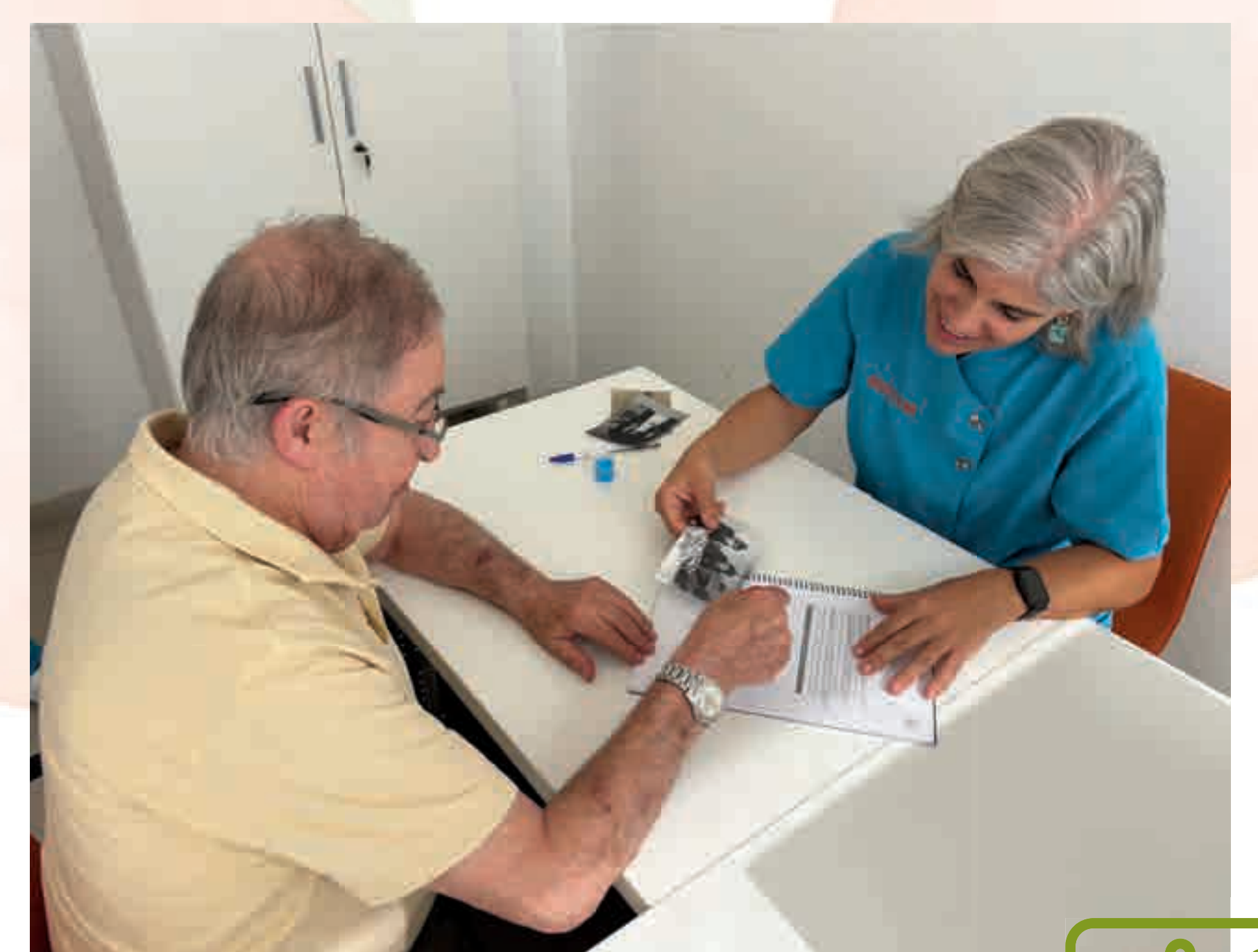
María Gloria Sierra Medina y Ioana Pickford Arambarri - Departamento de psicología (Asociación de familiares de personas con Alzheimer y otras demencias de Andalucía - AFA MÁLAGA)

JUSTIFICACIÓN

La estimulación cognitiva y la terapia de reminiscencia mejoran la memoria y el bienestar en personas con deterioro cognitivo. El proyecto propone **crear libros personalizados basados en la biografía** para ejercitar capacidades, mejorar la motivación, la participación y en definitiva mejorar la calidad de vida.

OBJETIVOS

1. Estimular la memoria y las capacidades cognitivas mediante **ejercicios personalizados** con recuerdos personales.
2. Reforzar la **identidad y la autoestima** a través de las propias vivencias.
3. Promover la **socialización** mediante el intercambio de recuerdos e historias.
4. Elaborar **materiales únicos y significativos** útiles para cuidadores y familiares.



METODOLOGÍA

- **Evaluación neuropsicológica inicial:** elaborar el perfil cognitivo para identificar capacidades preservadas y necesidades específicas.
- **Recopilación de información personal:** recoger historia de vida y recuerdos con la propia persona y con el apoyo de sus familiares.
- **Diseño de actividades:** seleccionar ejercicios de estimulación y reminiscencia personalizados, teniendo en cuenta la información recopilada.
- **Creación de libros cognitivos personalizados:** integrar ejercicios cognitivos y biografía de la persona usuaria.
- **Aplicación y seguimiento:** evaluar avances y realizar las adaptaciones necesarias.

RESULTADOS ESPERADOS

Se espera que los programas de estimulación cognitiva personalizados, basados en la historia de vida, **aumenten la motivación, el interés y la implicación** de los participantes. La participación se evaluará mediante **observación directa** durante las actividades y el **estado cognitivo se revisará semestralmente** para ajustar y optimizar las intervenciones, garantizando un enfoque centrado en la persona y un mayor impacto terapéutico.

CONCLUSIONES

Consideramos que los programas de estimulación cognitiva basados en la historia de vida son una **estrategia innovadora** para preservar y fortalecer las funciones cognitivas, reforzar la identidad y promover el bienestar emocional, mejorando así la calidad de vida de las personas participantes.